

Prova de Equivalência à Frequência 2024/2025 Educação Física – Código 311 Ensino Secundário

1. Objeto de Avaliação

A Prova tem por referência o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória e as Aprendizagens Essenciais da disciplina.

A Prova avalia o conjunto de conhecimentos e aprendizagens desenvolvidos no Ensino Secundário, quer na componente prática, quer na componente teórica.

Componente prática

- Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas: Força; Resistência; Flexibilidade; Velocidade; e Destreza geral.
- Jogos Desportivos Coletivos: Basquetebol; Andebol; Futebol; e Voleibol.
- Desportos Individuais: Ginástica de Solo; e Atletismo.
- Atividades Rítmicas Expressivas: Dança.

Componente escrita

- Aptidão Física e Saúde
- Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas: Força; Resistência; Flexibilidade; Velocidade; e Destreza geral.
- Alimentação e composição corporal.
- Suporte Básico de Vida.
- Jogos Desportivos Coletivos: Basquetebol; Andebol; Futebol; Voleibol e Râguebi.
- Desportos Individuais: Ginástica de Solo; Ginástica de Aparelhos e Atletismo.
- Atividades Rítmicas Expressivas: Dança.

2. Características e Estrutura

Componente prática

A Prova é constituída por quatro grupos.

O Grupo I inclui a realização de testes de aptidão física do protocolo *FitEscola*.

O Grupo II inclui exercícios técnicos de Jogos Desportivos Coletivos.

O Grupo III inclui a realização de uma sequência de destrezas elementares no solo, em esquema individual, aplicando os critérios de correção técnica e expressão; bem como a realização de Provas Individuais de Atletismo.

O Grupo IV inclui a realização de Coreografias de Atividades Rítmicas Expressivas.

A estrutura da Prova sintetiza-se no **Quadro 1**.

Quadro 1

Grupo	Conteúdos	Tipologia dos itens	Número de itens	Cotação (em pontos)
I	Capacidades Condicionais e Coordenativas	Protocolo <i>FitEscola</i>	1 a 2	40
II	Jogos Desportivos Coletivos	Exercícios critério	4 a 8	80
III	Desportos Individuais: Ginástica de Solo e Atletismo	Sequência de exercícios técnicos e Provas de Atletismo	4 a 8	40
IV	Atividades Rítmicas Expressivas	Coreografia	4 a 8	40

Componente escrita

A Prova é constituída por quatro grupos.

O Grupo I contempla exercícios de avaliação de conhecimentos ao nível da Aptidão Física e Saúde

O Grupo II contempla exercícios de avaliação de conhecimentos ao nível do Desenvolvimento das Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas.

O Grupo III contempla exercícios de avaliação de conhecimentos ao nível dos Alimentação e Composição Corporal.

O Grupo IV contempla exercícios de avaliação de conhecimentos ao nível do Suporte Básico de Vida.

O Grupo V contempla exercícios de avaliação de conhecimentos ao nível das Atividades Físicas: Jogos Desportivos Coletivos, Desportos Individuais (regulamentos; objetivos de jogo e ações técnico-táticas) e Atividades Rítmicas Expressivas (contextualização histórica, tempos, ritmos, formações das Danças).

A estrutura da Prova sintetiza-se no **Quadro 2**.

Quadro 2

Grupo	Conteúdos	Tipologia dos itens	Número de itens	Cotação (em pontos)
I	Aptidão Física e Saúde	Itens de resposta curta fechada Itens de seleção Itens de escolha múltipla Itens de verdadeiro e falso	4 a 8	40
II	Capacidades Motoras Condicionais e Coordenativas		4 a 8	40
III	Alimentação e Composição Corporal		4 a 8	40
IV	Suporte Básico de Vida		4 a 8	40
V	Atividades Físicas (Jogos Desportivos Coletivos, Desportos Individuais, Atividades Rítmicas Expressivas)		4 a 8	40

3. Critérios Gerais de Classificação

Componente prática

A classificação a atribuir a cada grupo resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro, previsto na grelha de classificação. Cada atividade física desportiva terá níveis de execução. A cada um desses níveis serão atribuídos pontos.

Componente escrita

A classificação a atribuir a cada resposta resulta da aplicação dos critérios gerais e dos critérios específicos de classificação apresentados para cada item e é expressa por um número inteiro.

As respostas ilegíveis ou que não possam ser claramente identificadas são classificadas com zero pontos. No entanto, em caso de omissão ou de engano na identificação de uma resposta, esta pode ser classificada se for possível identificar inequivocamente o item a que diz respeito.

Se o examinando responder a um mesmo item mais do que uma vez, não eliminando inequivocamente a(s) resposta(s) que não deseja que seja(m) classificada(s), deve ser considerada apenas a resposta que surgir em primeiro lugar.

Os critérios de classificação relativos a todos os itens de resposta podem apresentar-se organizados por níveis de desempenho.

Itens de seleção

Escolha múltipla.

A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentam de forma inequívoca a única opção correta.

São classificadas com zero pontos as respostas em que é assinalada:

- Uma opção incorreta;
- Mais do que uma opção.

Não há lugar a classificações intermédias.

Itens de verdadeiro e falso

A cotação total do item é atribuída às respostas que apresentam de forma inequívoca a única opção correta.

Itens de resposta curta fechada

A classificação é atribuída de acordo com os elementos de resposta solicitados e apresentados.

4. Duração

A Prova tem a duração de 90 minutos para a componente escrita e 90 minutos para a componente prática.

5. Material

Componente prática

Na prova, o aluno deve apresentar equipamento desportivo.

Componente escrita

O examinado apenas pode usar na prova, como material de escrita, caneta ou esferográfica de tinta indelével, azul ou preta.

Não é permitida a consulta de dicionário.

Não é permitido o uso de corretor.